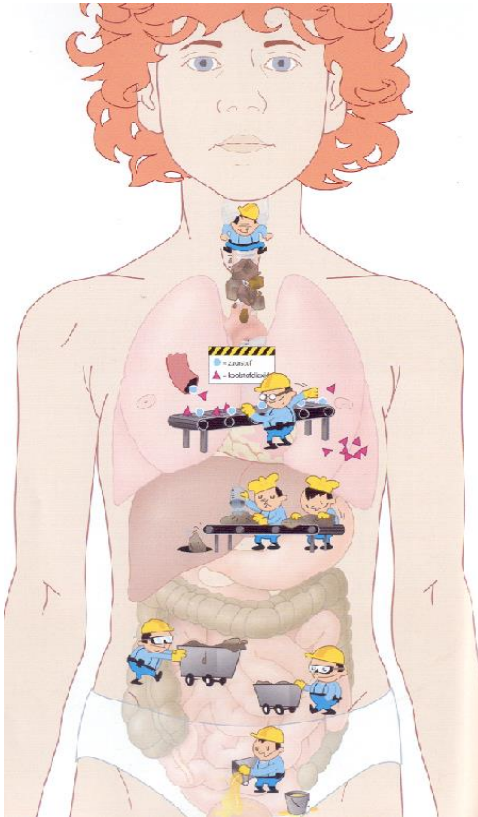


Werkblad Naut Thema 3: Voeding en je lichaam

3.1 Wat heeft je lichaam nodig?



Lees het verhaal



Je lichaam is heel slim

Een heel slimme machine

Je lichaam kan rennen

en kijken

en groeien

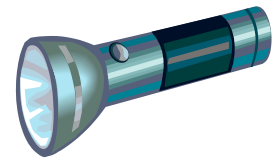
een snee gaat vanzelf weer dicht

Je lichaam heeft voeding nodig:

Bouwstoffen en energie



Waar is het voor, trek een lijn naar het goede plaatje



3.1 Wat heeft je lichaam nodig?



Lees het verhaal

Dit is een bouwstof voor een huis



Dit is energie voor een zaklamp



De mens heeft ook bouwstoffen nodig

Een bouwstof voor de mens = eiwit

Eiwit zit in melk,

Eiwit zit in ei

Eiwit zit in vis en vlees.

De mens heeft ook energie nodig

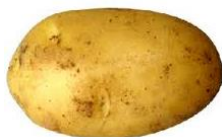
Energie voor de mens zit in suikers en vet.

Energie zit in aardappel en brood

Energie zit in macaroni en suiker



Bouwstof of brandstof? Trek een lijn naar het goede woord



Bouwstof



Brandstof



3.1 Wat heeft je lichaam nodig?



Lees het verhaal

	Brood Aardappel Pasta	Energie voor je lichaam
	Kaas Vlees & vis Ei	Bouwstoffen voor je lichaam
	Olie Fruit Groente	Vitaminen, vezels en mineralen voor je lichaam

Zet een X, is het waar of niet waar?

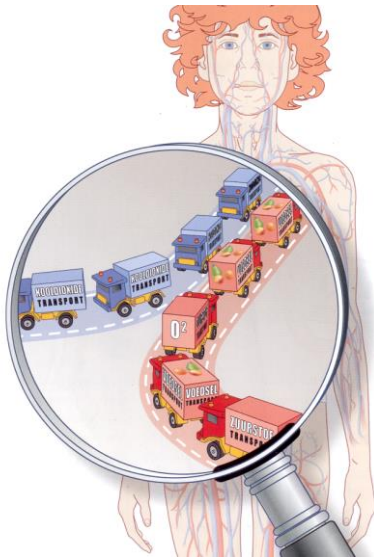
	waar	niet waar
Van brandstoffen krijg je energie		
Van bouwstoffen groei je groot		
Je kan wel 5 dagen zonder voedsel		
Met vitaminen blijft je gezond		
In suiker zitten veel bouwstoffen		

Wat eet jij graag?

3.1 De bloedsomloop



Lees het verhaal



Je bloed is net een snelweg

Je bloed brengt alles op zijn plek

Je bloed brengt zuurstof naar je lichaam

Je bloed brengt voedsel naar je lichaam

Je bloed brengt kool-dioxide naar buiten

Kool-dioxide is afval

Opgeruimd staat netjes



Kleur de woorden:

bloed = groen

snelweg = geel

Zuurstof = rood

kool-dioxide = blauw

Vraag 1. Waarom lijkt bloed op een snelweg?

- Bloed beweegt door je lichaam
- Er zitten auto's in je bloed

Vraag 2. Welk afval brengt je bloed uit je lichaam?

- Kool-dioxide
- Zuurstof

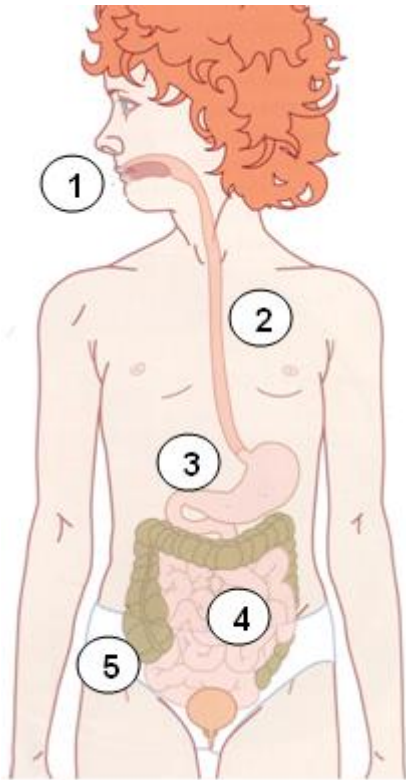
Vraag 3. Kijk op het plaatje, wat staat er op de blauwe vracht-auto's

- Zuurstof
- Kool-dioxide

3.2 Je spijsvertering



Lees het verhaal



Hoe gaat je voedsel door je lichaam?

Eerst je mond

Dan je slokdarm

Dan je maag

Dan je dunne darm

Dan je dikke darm

En dan..... in de WC



Kijk op het plaatje en schrijf op hoe het heet

1. =

2. =

3. =

4. =

5. =

Vraag:. Wat gebeurt er na de dikke darm?

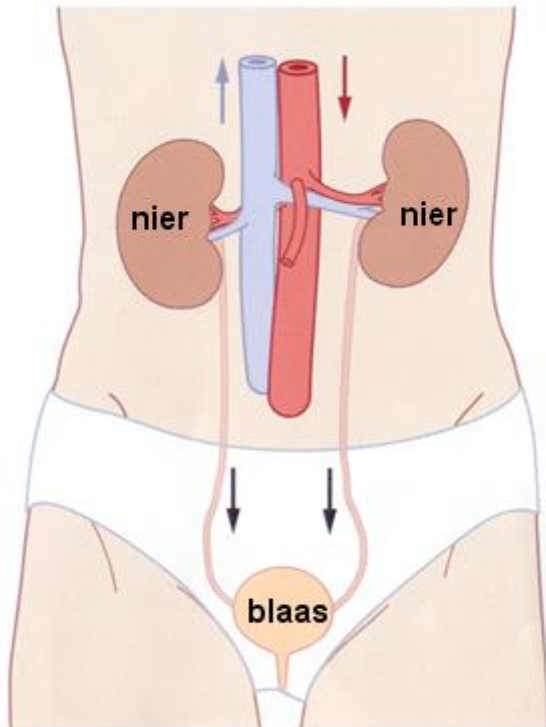
Dan is je voedsel poep geworden, ploep, in de WC

Dan is je voedsel plas geworden, plons, in de WC

3.2 Je spijsvertering



Lees het verhaal



Zie je de nier?

Je hebt er 2

De nieren maken plas

Een netjes woord voor plas is urine

De urine gaat naar de blaas

Als de blaas vol is....

Dan moet je plassen



Kleur de woorden:

nier = rood

blaas = groen

urine = blauw

plas = geel

Vraag 1. Wat is een netjes woord voor plas?

blaas

urine

Vraag 2. Waar zit je blaas in je lichaam?

Boven in je buik

Onder in je buik

3.3 Je 5 zintuigen

 Kies het goede zintuig en trek een lijn naar het goede plaatje

ik voel met
mijn.....

ik proef met
mijn.....

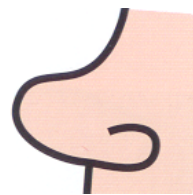
ik kijk met
mijn.....

ik hoor met
mijn.....

ik ruik met
mijn.....



tong



neus



huid



oor

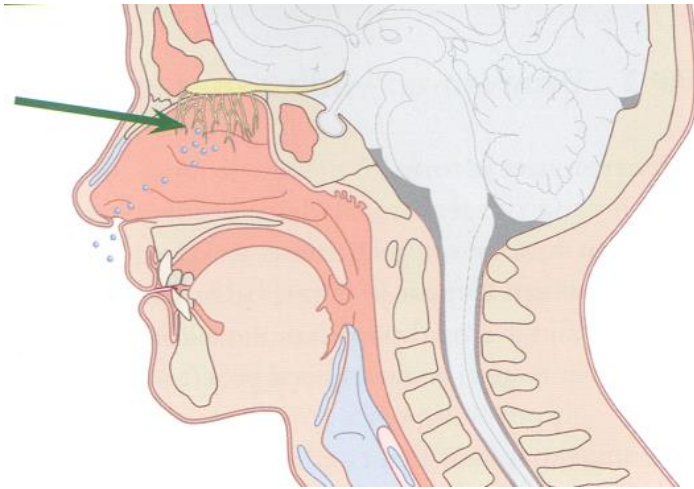


oog

3.3 Je neus gebruiken



Lees het verhaal



In je neus zitten reuk-cellen

Daar ruik je mee

Je ruikt parfum of bloemen

Je ruikt ook wat je eet

Met je neus proef je dus ook

Vraag 1 . Als je neus dicht zit, proef je niet zo veel, hoe kan dat?

Je proef ook met de reuk-cellen in je neus

Je tong zit in je neus



Lees wat het meisje denkt en maak vraag 2



Bah, spruitjes !
Ik knijp mijn neus dicht,
dan proef ik ze niet

Vraag 2. Is dit een goed idee van het meisje?

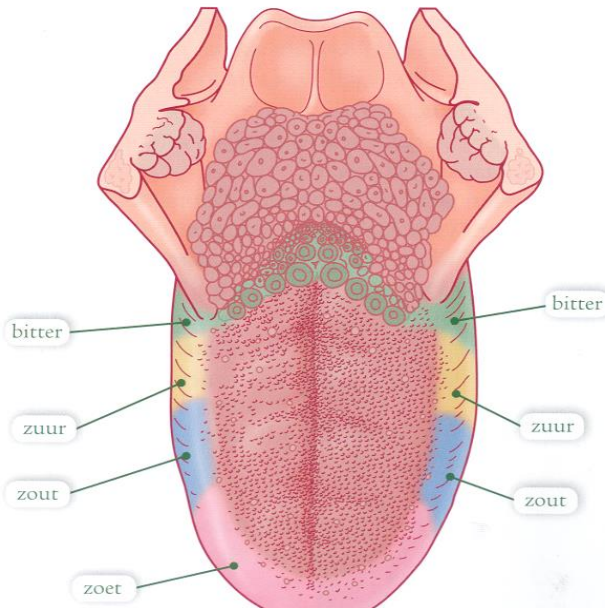
Nee, want je proeft alleen met je tong

Ja, want je proef ook met je neus

3.3 Proeven en voelen met je tong



Lees het verhaal


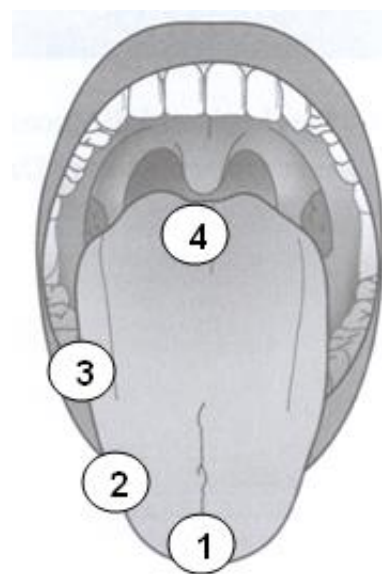


	Zoek de roze kleur op de tong
	Zoet proef je <u>voor</u> op je tong
	Zoek de blauwe kleur op de tong
	Hier proef je zout
	Zoek de gele kleur op de tong
	Hier proef je zuur
	Zoek de groene kleur op de tong
	Bitter proef je <u>achter</u> op je tong

Vraag: Hoeveel smaken proef je met je tong?


- Met je tong proef je 4 smaken
- Met je tong proef je alle smaken



Waar proef je dit het best? Trek een lijn naar het goede cijfer.

 chips		 suiker
 bier		 citroen

3.3 Proeven en voelen met je tong

 Van wie is de tong? Kijk goed en trek een lijn naar het goede woord



Mens



Hond



Vlinder



Slang

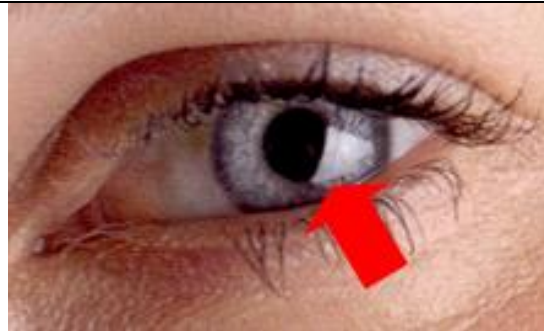


Poes

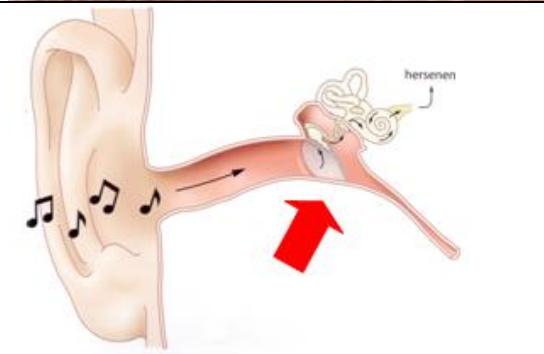
3.3 Je ogen en oren



Lees het verhaal



Dit is een oog
Zie je de zwarte stip bij de pijl?
Dat is de pupil
Door de pupil komt er licht in je oog



Dit is een oor
Zie je het vlies bij de pijl?
Dat is het trommel-vlies
Als er geluid is, gaat het
trommelvlies trillen

Vraag 1. Waar vind je een pupil in je lichaam?

- In je oog
- In je oor

Vraag 2. Waar vindt je een trommelvlies in je lichaam?

- In je oog
- In je oor

Vraag 3. Als er veel licht is, dan wordt je pupil.....?

- Groot
- Klein